

GRIPPIT

Kryss av for dominant hånd: Høyre Venstre

Kraftgrep:	Maximumsverdi	Gjennomsnitts-verdi	Slutt-verdi
Høyre hånd kraftgrep:			
Venstre hånd kraftgrep:			

Pinsettgrep:	Maximumsverdi	Gjennomsnitts-verdi	Slutt-verdi
Høyre hånd pinsettgrep:			
Venstre hånd pinsettgrep:			

Instruksjon – måling av kraftgrep:

Pasienten sitter inntil bordet med ca. 90 graders vinkel i albuen. Hånden ligger i kraftgrep rundt grippit-håndtaket. Vanligvis benyttes standard-størrelse på håndtak, ved bruk av annet håndtak noteres dette. Pasienten bes først å klemme litt, slik at man får sjekket at apparatet fungerer, og at pasienten forstår hvordan det skal klemmes. Pasienten tar en liten pause. Deretter bes pasienten om å klemme så hardt hun kan inntil terapeuten sier stopp. Instruksjon: ”Du skal begynne å klemme så hardt du kan når jeg sier ”start”, og fortsette klemme så hardt du kan til jeg sier stopp”. Da kan du starte nå”. Når instruksjonen er gitt startes apparatet idet man sier ”nå”. Man skal ikke oppmuntre pasienten til å klemme hardere i løpet av de 10 sek. Når de 10 sek. er gått ber man pasienten å slutte å klemme. Maksimumsverdi, gjennomsnittelig verdi og slutt-verdi noteres. Hendene måles i rekkefølgen først dominant hånd, deretter den andre.

Instruksjon – måling av pinsettgrep:

Pasienten sitter inntil bordet med ca. 90 graders vinkel i albuen. Hånden ligger i 2-punkts pinsettgrep rundt grippit-håndtaket, d.v.s. at hun klemmer med pekefinger mot tommel. Det er ikke lov å kompensere ved å støtte pekefingeren mot langfinger (eller andre fingre), og albuen skal være i bordet hele tiden mens pasienten klemmer. Håndtak for pinsettgrep benyttes. Underarmen plasseres med albu mot underlag i en stilling som er behaglig for pasienten (dvs: underarmen skal ikke ligge i ”renna”). Grepet skal være omtrent midt på håndtaket (ikke langt nede mot bordflaten eller høyt oppe). Pasienten bes først å klemme litt, slik at man får sjekket at apparatet fungerer, og at pasienten forstår hvordan det skal klemmes. Pasienten tar så en liten pause. Deretter bes pasienten om å klemme så hardt hun kan inntil terapeuten sier stopp. Instruksjon: ”Du skal begynne å klemme så hardt du kan når jeg sier ”start”, og fortsette klemme så hardt du kan helt til jeg sier ”stopp”. Da kan du starte nå”. Når instruksjonen er gitt startes apparatet idet man sier ”nå”. Man skal ikke oppmuntre pasienten til å klemme hardere i løpet av de 10 sek. Når de 10 sek. er gått ber man pasienten å slutte å klemme. Maksimumsverdi, gjennomsnittelig verdi og slutt-verdi noteres. Hendene måles i rekkefølgen først dominant hånd, deretter den andre hånden.

E-post: ingvild.kjeken@nrrk.no